

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МАОУ «СОШ № 3 г. Балашова
Саратовской области»

Е.В. Полянская

« 09 » января 2025 года

«УТВЕРЖДАЮ»

Индивидуальный предприниматель Поляков А.М.

А.М. Поляков

« 09 » января 2025 года

Примерное десятидневное меню для школ города Балашова

- для обучающихся 5-11 классов детей из малоимущих семей (не посещают группу продленного дня);
- для обучающихся 5-11 классов детей из многодетных семей (не посещают группу продленного дня);
- для обучающихся 5-11 классов детей-сирот и детей оставшиеся без попечения родителей, находящиеся под опекой (попечительством) (не посещают группу продленного дня);
- для обучающихся 5-11 классов детей инвалидов (не посещают группу продленного дня);
- для обучающихся 5-11 классов детей из семей, находящихся в социально-опасном положении (не посещают группу продленного дня);
- для обучающихся 5-11 классов детей с ограниченными возможностями (не посещают группу продленного дня).

1 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Борщ из свежей капусты	1/200	1,76	2,4	12,96	96,8	82	11,46
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,27
чай с сахаром	1/200	0,0	0,0	15,0	58	376	4,27

Итого: 20,00

2 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с крупой (гречка)	1/215	2,18	2,64	16,06	97,6	101	11,46
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,27
чай с сахаром	1/200	0,0	0,0	15,0	58	376	4,27

Итого: 20,00

3 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с бобовыми	1/240	5,9	5,3	19,3	160,0	102	7,19
Хлеб пшеничный в/с	2/25	4,0	1	24,0	133,0		8,54
чай с сахаром	1/200	0,0	0,0	15,0	58	376	4,27

Итого: 20,00

4 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	2,7	2,9	9,9	77,0	103	7,19
Хлеб пшеничный в/с	2/25	4,0	1	24,0	133,0		8,54
чай с сахаром	1/200	0,0	0,0	15,0	58	376	4,27

Итого: 20,00**5 ДЕНЬ**

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Щи из свежей капусты с картофелем	1/220	1,76	3,7	8,8	76,4	88	11,46
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,27
чай с сахаром	1/200	0,0	0,0	15,0	58	376	4,27

Итого: 20,00**6 ДЕНЬ**

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с крупой	1/230	2,3	2,76	16,79	104,0	101	11,46
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,27
чай с сахаром	1/200	0,0	0,0	15,0	58	376	4,27

Итого: 20,00**7 ДЕНЬ**

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Щи из свежей капусты с картофелем	1/220	1,76	3,7	8,8	76,4	88	11,46
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,27
чай с сахаром	1/200	0,0	0,0	15,0	58	376	4,27

Итого: 20,00**8 ДЕНЬ**

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с бобовыми	1/240	5,3	4,78	19,3	143,5	102	7,19

Хлеб пшеничный в/с	2/25	4,0	1	24,0	133,0		8,54
чай с сахаром	1/200	0,0	0,0	15,0	58	376	4,27

Итого: 20,00

9 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	2,7	2,9	9,9	77,0	103	7,19
Хлеб пшеничный в/с	2/25	4,0	1	24,0	133,0		8,54
чай с сахаром	1/200	0,0	0,0	15,0	58	376	4,27

Итого: 20,00

10 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с крупой	1/215	2,18	2,64	16,06	97,6	101	11,46
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,0	0,5	12,0	66,5		4,27
чай с сахаром	1/200	0,0	0,0	15,0	58	376	4,27

Итого: 20,00